

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ**
Психология здоровья

Код модуля
1154212(1)

Модуль
Психология чрезвычайных и экстремальных
ситуаций

Екатеринбург

Оценочные материалы составлены автором(ами):

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Ученая степень, ученое звание	Должность	Подразделение
1	Гизуллина Анна Владимировна	без ученой степени, Без ученого звания	старший преподаватель	Клиническая психология и психофизиология

Согласовано:

Управление образовательных программ

Е.С. Комарова

Авторы:

- Гизуллина Анна Владимировна, старший преподаватель, Клиническая психология и психофизиология

1. СТРУКТУРА И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ Психология здоровья

1.	Объем дисциплины в зачетных единицах	3	
2.	Виды аудиторных занятий	Практические/семинарские занятия	
3.	Промежуточная аттестация	Зачет	
4.	Текущая аттестация	Контрольная работа	1
		Домашняя работа	1

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ (ИНДИКАТОРЫ) ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ Психология здоровья

Индикатор – это признак / сигнал/ маркер, который показывает, на каком уровне обучающийся должен освоить результаты обучения и их предъявление должно подтвердить факт освоения предметного содержания данной дисциплины, указанного в табл. 1.3 РПМ-РПД.

Таблица 1

Код и наименование компетенции	Планируемые результаты обучения (индикаторы)	Контрольно-оценочные средства для оценивания достижения результата обучения по дисциплине
1	2	3
ПК-6 -Способен разрабатывать и реализовывать программы обучения основам клинической психологии и психологии здоровья, в том числе здоровьесберегающим технологиям в соответствии с образовательными потребностями представителей различных групп населения (групп риска, уязвимых категорий населения, лиц с ОВЗ), включая	З-2 - Определять методологические основы здоровьесберегающих технологий П-3 - Демонстрировать приемы стимулирования интереса аудитории к психологическим знаниям и практике	Домашняя работа Зачет Контрольная работа Практические/семинарские занятия

инклюзивное образование (Клиническая психология)		
--	--	--

3. ПРОЦЕДУРЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ В РАМКАХ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ В БАЛЬНО-РЕЙТИНГОВОЙ СИСТЕМЕ (ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА БРС)

3.1. Процедуры текущей и промежуточной аттестации по дисциплине

1. Лекции: коэффициент значимости совокупных результатов лекционных занятий – не предусмотрено		
Текущая аттестация на лекциях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по лекциям – не предусмотрено		
Промежуточная аттестация по лекциям – нет		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по лекциям – не предусмотрено		
2. Практические/семинарские занятия: коэффициент значимости совокупных результатов практических/семинарских занятий – 1		
Текущая аттестация на практических/семинарских занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
<i>домашняя работа</i>	6,6	40
<i>контрольная работа</i>	6,13	60
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по практическим/семинарским занятиям – 0.5		
Промежуточная аттестация по практическим/семинарским занятиям – зачет		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по практическим/семинарским занятиям – 0.5		
3. Лабораторные занятия: коэффициент значимости совокупных результатов лабораторных занятий – не предусмотрено		
Текущая аттестация на лабораторных занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по лабораторным занятиям – не предусмотрено		
Промежуточная аттестация по лабораторным занятиям – нет		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по лабораторным занятиям – не предусмотрено		
4. Онлайн-занятия: коэффициент значимости совокупных результатов онлайн-занятий – не предусмотрено		

Текущая аттестация на онлайн-занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по онлайн-занятиям -не предусмотрено		
Промежуточная аттестация по онлайн-занятиям –нет		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по онлайн-занятиям – не предусмотрено		

3.2. Процедуры текущей и промежуточной аттестации курсовой работы/проекта

Текущая аттестация выполнения курсовой работы/проекта	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
Весовой коэффициент текущей аттестации выполнения курсовой работы/проекта– не предусмотрено		
Весовой коэффициент промежуточной аттестации выполнения курсовой работы/проекта– защиты – не предусмотрено		

4. КРИТЕРИИ И УРОВНИ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ

4.1. В рамках БРС применяются утвержденные на кафедре/институте критерии (признаки) оценивания достижений студентов по дисциплине модуля (табл. 4) в рамках контрольно-оценочных мероприятий на соответствие указанным в табл.1 результатам обучения (индикаторам).

Таблица 4

Критерии оценивания учебных достижений обучающихся

Результаты обучения	Критерии оценивания учебных достижений, обучающихся на соответствие результатам обучения/индикаторам
Знания	Студент демонстрирует знания и понимание в области изучения на уровне указанных индикаторов и необходимые для продолжения обучения и/или выполнения трудовых функций и действий, связанных с профессиональной деятельностью.
Умения	Студент может применять свои знания и понимание в контекстах, представленных в оценочных заданиях, демонстрирует освоение умений на уровне указанных индикаторов и необходимых для продолжения обучения и/или выполнения трудовых функций и действий, связанных с профессиональной деятельностью.
Опыт /владение	Студент демонстрирует опыт в области изучения на уровне указанных индикаторов.
Другие результаты	Студент демонстрирует ответственность в освоении результатов обучения на уровне запланированных индикаторов. Студент способен выносить суждения, делать оценки и формулировать выводы в области изучения. Студент может сообщать преподавателю и коллегам своего уровня собственное понимание и умения в области изучения.

4.2 Для оценивания уровня выполнения критериев (уровня достижений обучающихся при проведении контрольно-оценочных мероприятий по дисциплине модуля) используется универсальная шкала (табл. 5).

Таблица 5

Шкала оценивания достижения результатов обучения (индикаторов) по уровням

Характеристика уровней достижения результатов обучения (индикаторов)				
№ п/п	Содержание уровня выполнения критерия оценивания результатов обучения (выполненное оценочное задание)	Шкала оценивания		
		Традиционная характеристика уровня		Качественная характеристика уровня
1.	Результаты обучения (индикаторы) достигнуты в полном объеме, замечаний нет	Отлично (80-100 баллов)	Зачтено	Высокий (В)
2.	Результаты обучения (индикаторы) в целом достигнуты, имеются замечания, которые не требуют обязательного устранения	Хорошо (60-79 баллов)		Средний (С)
3.	Результаты обучения (индикаторы) достигнуты не в полной мере, есть замечания	Удовлетворительно (40-59 баллов)		Пороговый (П)
4.	Освоение результатов обучения не соответствует индикаторам, имеются существенные ошибки и замечания, требуется доработка	Неудовлетворительно (менее 40 баллов)	Не зачтено	Недостаточный (Н)
5.	Результат обучения не достигнут, задание не выполнено	Недостаточно свидетельств для оценивания		Нет результата

5. СОДЕРЖАНИЕ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ

5.1. Описание аудиторных контрольно-оценочных мероприятий по дисциплине модуля

5.1.1. Практические/семинарские занятия

Примерный перечень тем

1. Развитие теоретической и практической базы современной психологии здоровья
2. Естественнонаучная концепция здоровья
3. Генетика здоровья
4. Морфо-функциональный уровень здоровья
5. Альтернативные ядерные модели факторов формирования телесности и психики в современной науке
6. Культурно-исторические эталоны здоровья
7. Образ жизни как средо-поведенческая основа здоровья
8. Субъективное ощущение здоровья

9. Модели изменения поведения в психологии здоровья

Примерные задания

Написать реферат:

1. Взаимосвязь и взаимовлияние физического и психического здоровья человека.
2. Особенности представления о здоровье и здоровом образе жизни в российском общественном сознании.
3. Методы и технологии экспресс-оценки и мониторинга личного состояния здоровья.
4. Многофакторная оценка уровня здоровья.
5. Характер влияния на состояние здоровья разных факторов стресса на примере выборки студентов.
6. Признаки, психологические факторы и критерии психического и социального здоровья.
7. Исследование выраженности факторов риска для здоровья в индивидуальном образе жизни.
8. Методы оценки программ в области формирования здоровьесберегающего поведения.
9. Психологические факторы эффективности лечебного процесса.
10. Возрастные особенности здоровья человека.
11. Здоровьесберегательные технологии в раннем детстве и дошкольном возрасте.
12. Теории долголетия. Основные направления в работе по увеличению продолжительности и качества жизни.
13. Мифология здоровья.

Критерии оценки: четкая формулировка психологической проблемы; определение психологических понятий, используемых в работе; рассмотрение различных точек зрения на проблему, их анализ, сопоставление и оценка; наличие выводов; полнота и логичность изложения; использование нескольких источников научной и учебной литературы; индивидуальная работа, текст изложен грамотно, в специализированных терминах и по существу, с приведением соответствующих примеров; материал логически выстроен; творческий подход.

Ведение дневника самонаблюдений "Мой образ жизни".

Критерии оценивания: индивидуальная работа, полнота и корректность изложения; текст изложен грамотно, в наглядной форме.

Подбор и демонстрация упражнений по мотивации к здоровьесберегательному поведению для различных аудиторий (на выбор).

Критерии оценивания: индивидуальная работа, соответствие целей содержанию упражнения; упражнение выбрано корректно, с опорой на модели и теории психологии здоровья.

На основе предложенного кейса определить биологические, психологические, социальные, поведенческие факторы, влияющие на течение болезни.

Критерии оценивания: обсуждение в мини-группах, ответ изложен грамотно, в специализированных терминах и по существу, приведены аргументы; имеется опора на теоретические модели.

Проанализируйте предложенную профилактическую программу здоровьесбережения. Предложите критерии оценки ее эффективности.

Критерии оценивания: обсуждение в мини-группах, ответ изложен грамотно, в специализированных терминах и по существу, приведены аргументы; имеется опора на теоретические модели.

Разработать профилактическое занятие для младших школьников, содержащий здоровьесберегающие технологии.

Критерии оценивания: использование навыков обобщения и анализа информации; полнота и логичность изложения; текст изложен грамотно, в специализированных терминах и по существу, в наглядной форме; материал логически выстроен; творческий подход; полнота плана (все элементы занятия; перечислены возможные техники и упражнения; список литературы); четкость изложения (могут быть схемы, таблицы и пр.), соблюдение последовательности, соответствие целям и задачам занятия; теоретическая обоснованность занятия.

LMS-платформа – не предусмотрена

5.2. Описание внеаудиторных контрольно-оценочных мероприятий и средств текущего контроля по дисциплине модуля

Разноуровневое (дифференцированное) обучение.

Базовый

5.2.1. Контрольная работа

Примерный перечень тем

1. Культурно-исторический подход к психологии здоровья.
2. Теоретико-методологические основы организации здоровьесберегающих программ и технологий.
3. Деструктивные психологические факторы, связанные со здоровьем.
4. Модели изменения поведения в психологии здоровья.

Примерные задания

Тест.

1. Определение понятия «здоровье» в соответствии с Уставом ВОЗ
-

2. Концептуальная модель, определяющая здоровье как динамическое равновесие организма и его функций с окружающей средой

- А) Медицинская модель здоровья
- Б) Биофункциональная модель здоровья
- В) Медико-социальная модель здоровья
- Г) Ценностно-гуманистическая модель здоровья

3. Перечислите основные культурно-исторические эталоны здорового человека в Европе от античности до наших дней _____

4. Отметьте эпигенетические факторы здоровья

- А) Последовательность мономеров в структуре ДНК
- Б) Метилирование и деметилирование отдельных участков ДНК под влиянием гормонов
- В) Мутации на генном и хромосомном уровнях
- Г) Переключение генной активности под влиянием стресса, особенностей питания или факторов окружающей среды.

5. Свяжите тип Я-концепции с соответствующим ей отношением к здоровью

Тип Я-концепции:	Отношение к здоровью:
А) Принимающий	1) Тревожное, невротическое
Б) Эгоцентричный	2) Ресурсное, внимательное
В) Депрессивный	3) Неадекватное (с + или с -)
Г) Деструктивный	4) Разрушительное

6. Назовите основные виды внешних и внутренних патогенных факторов

7. Назовите основные стадии геронтогенеза

8. Современные биологические теории старения видят основную причину старения в:
- А) неблагоприятных факторах окружающей среды
 - Б) вредных привычках человека и нездоровом образе жизни
 - В) обще-эволюционном механизме отбора популяций
 - Г) накапливающимся со временем повреждениях ДНК отдельных клеток конкретного организма

9. Подчеркните и проранжируйте основные факторы долголетия по степени их вклада в продолжительность жизни (от максимального к минимальному)

- 1) Генетическая предрасположенность
- 2) Здоровый образ жизни (правильное питание, физическая культура, полезные привычки)
- 3) Бережное отношение к своему здоровью, профилактика заболеваний, настрой на долголетие
- 4) Оптимизм и интерес к жизни, желание жить
- 5) Интересная работа и длительная трудовая активность
- 6) Благоприятная окружающая среда
- 7) Развитая медицина
- 8) Материальное и социальное благополучие общества

10. Перечислите факторы риска заболеваний в группе студенческой молодежи: _____
LMS-платформа – не предусмотрена

5.2.2. Домашняя работа

Примерный перечень тем

1. Основные подходы к определению понятия «здоровье».
2. Человек как социобиологическая система.
3. Факторы, определяющие состояние здоровья человека.
4. Причины нарушения здоровья на различных уровнях его организации.

Примерные задания

Подготовить доклад на темы:

1. Основные подходы к определению понятия «здоровье»
 - История формирования представлений о здоровье в различных культурных традициях
 - Культурно-исторические эталоны здорового человека и здорового образа жизни от античности до наших дней
2. Человек – как социобиологическая система.
 - Уровни информационной организации человека
 - Генетика. Морфофизиология. Регуляторный аппарат
 - Поведенческий уровень. Психо-эмоциональная сфера личности
 - Я-концепция и когнитивное развитие личности
 - Микросоциальные и макросоциальные аспекты развития и функционирования человека.
 - Культура как информационная система
3. Факторы определяющие состояние здоровья человека.
 - Структурная пирамида уровней здоровья
 - Характер взаимодействия биологических, социокультурных и личностных факторов в процессе формирования образа жизни человека
 - Индивидуальные критерии здоровья и жизненной продуктивности личности
 - Этнические особенности отношения к здоровью
4. Причины нарушения здоровья на различных уровнях его организации.
 - Внешние и внутренние патогенные факторы и их классификация
 - Нарушения здоровья на организменном уровне
 - Нарушения здоровья на личностном уровне
 - Нарушения здоровья вследствие социальной дезадаптации
 - Нарушения здоровья как экологическая проблема
 - Нарушения здоровья как духовная дезориентация
 - Коррекционная работа психолога с нарушениями здоровья

Критерии оценивания: использование навыков обобщения и анализа информации; полнота и логичность изложения; использование нескольких источников научной и учебной литературы; индивидуальная работа, текст доклада изложен грамотно, в специализированных терминах и по существу; материал логически выстроен; творческий подход.

Разработайте план исследования, изучающего особенности отношения к здоровью у подростков, студентов, людей старшего возраста (на выбор).

Критерии оценивания: использование навыков обобщения и анализа информации; полнота и логичность изложения; текст изложен грамотно, в специализированных терминах и по существу, в наглядной форме; материал логически выстроен; творческий подход; полнота плана (все элементы исследования, в т.ч. список литературы); четкость изложения (могут быть схемы, таблицы и пр.), соблюдение последовательности, соответствие целям и задачам исследования; теоретическая обоснованность плана.

Проанализировать рекламные публикации лекарственных средств/средств укрепления здоровья по предложенной схеме (определить целевую аудиторию; выделить смысловые единицы и мифы о здоровье). Предложите рекламу здорового образа жизни для данной целевой аудитории.

Критерии оценивания: индивидуальная работа, ответ изложен грамотно, в специализированных терминах и по существу, приведены аргументы; творческий подход.

LMS-платформа – не предусмотрена

5.3. Описание контрольно-оценочных мероприятий промежуточного контроля по дисциплине модуля

5.3.1. Зачет

Список примерных вопросов

1. Психология здоровья как научная дисциплина: предметная область, основные цели и задачи.
 2. Понятие здоровье. Различные подходы к определению здоровья.
 3. Биопсихосоциальная модель здоровья и болезни.
 4. Причины болезней на физиологическом уровне.
 5. Причины болезни на эмоциональном и ментальном уровнях.
 6. Компоненты, составляющие телесное (физическое) здоровье.
 7. Факторы, влияющие на здоровье. Возможности и ограничения концепции факторов в психологии здоровья.
 8. Основные факторы, влияющие на психическое здоровье.
 9. Понятие Я-концепции и её роль в поддержании здоровья.
 10. Уровни социального здоровья.
 11. Окружающая среда как фактор здоровья.
 12. Культурный эталон здоровья: определение, роль, пример.
 13. Антропоцентрический эталон здоровья.
 14. Функциональный эталон здоровья.
 15. Трансперсональный (неогуманистический) эталон здоровья.
 16. Христианский эталон здоровья.
 17. Организм человека с точки зрения восточного мировоззрения.
 18. Модели стадий изменения поведения в психологии здоровья.
 19. Диагностика здоровья и качества жизни в психологии.
 20. Критерии оценки эффективности программ здоровьесбережения
 21. Психологические факторы приверженности лечению.
 22. Технологии формирования и развития здорового образа жизни
- LMS-платформа – не предусмотрена

5.4 Содержание контрольно-оценочных мероприятий по направлениям воспитательной деятельности

Направление воспитательной деятельности	Вид воспитательной деятельности	Технология воспитательной деятельности	Компетенция	Результаты обучения	Контрольно-оценочные мероприятия
Воспитание навыков жизнедеятельности в условиях глобальных вызовов и неопределенностей	деятельность по формированию ЗОЖ	Технология формирования уверенности и готовности к самостоятельной успешной профессиональной деятельности	ПК-6	3-2	Домашняя работа